

LA RADIOTERAPIA EXTERNA: LO QUE DEBE ESPERAR

¿Cómo planifica el médico su tratamiento?

La radiación que se usa en la terapia puede provenir de varias fuentes. Su médico puede escoger entre los rayos-x,

rayos de electrones, o rayos gamma de cobalto 60. El tipo de energía de radiación que se usa depende del tipo de cáncer y a qué profundidad del cuerpo quiere

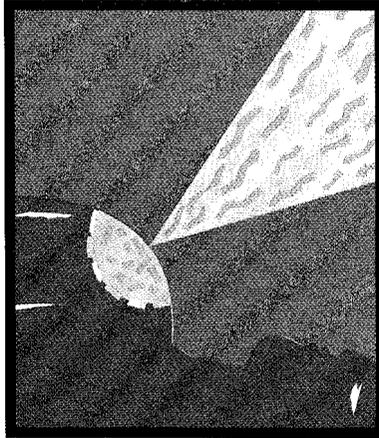
el médico que la radiación penetre. La radiación de alta energía se usa para tratar ciertos tipos de enfermedades de la piel.

Después de realizar un examen físico, y estudiar el historial médico, el oncólogo de radiación decide si necesita hacer exámenes especiales para determinar el área que necesita tratamiento. Durante un proceso llamado "simulación", le piden que se acueste en una mesa y no se mueva, mientras el terapeuta utiliza una máquina especial de rayos-x para definir el

área de tratamiento. Este es el lugar exacto en su cuerpo hacia donde el tratamiento debe ser dirigido. Puede haber más de un área de tratamiento. La simulación puede tomar de media hora a dos horas aproximadamente.

Usando una tinta de color semipermanente, el terapeuta marca el área de tratamiento en su piel con pequeños puntos. Así se delinea el

área del tratamiento. Tenga cuidado al bañarse porque las marcas *no* deben borrarse hasta que termine el tratamiento. Si empiezan a borrarse, dígame al terapeuta y él las marcará de nuevo para que se vean fácilmente. En casa, no trate de marcar encima de las líneas que estén un poco borradas, a menos que se vayan a borrar totalmente antes de su próxima visita. Si usted reemplaza las marcas, asegúrese de informárselo al terapeuta en la próxima visita.





Los resultados de la simulación, otros exámenes, y su historial médico son analizados por el médico, el fisioterapeuta de radiación y el dosimetrista. El médico decide cuánta radiación es necesaria, cómo debe ser administrada y cuántos tratamientos son necesarios. Este proceso casi siempre toma varios días.

Después de comenzar los tratamientos, el médico observará su progreso por lo menos una vez por semana, verificando cómo responde al tratamiento y su bienestar total. Si es necesario, su médico puede variar el plan. Es muy importante que reciba todos los tratamientos programados para poder recibir el máximo beneficio de su terapia.

¿Cuánto dura el tratamiento?

La radioterapia normalmente se administra 5 días a la semana, durante 6 ó 7 semanas. Cuando se usa radiación para tratamientos paliativos, el tratamiento es de 2 ó 3 semanas. Este plan ayuda a distribuir la dosis de radiación para prote-

ger los tejidos sanos del cuerpo. El descanso durante el fin de semana permite que las células normales se recuperen. La dosis total de radiación y el número de tratamientos necesarios dependen del tamaño y el lugar del cáncer, el tipo de tumor, su estado de salud y cualquier otro tratamiento que esté recibiendo.

¿Qué sucede en cada visita durante el tratamiento?

Antes de comenzar el tratamiento es necesario que se cambie a una bata de hospital. Se recomienda que use ropa fácil de quitar y poner.

En la sala de tratamiento el terapeuta utiliza las marcas en su piel para localizar el área de tratamiento. Usted se sienta en una silla especial o se acuesta en una mesa durante su tratamiento. En cada sesión de radioterapia externa usted permanece en la sala de tratamiento entre 15 y 30 minutos, pero la dosis de radiación solo dura de 1 a 5 minutos.

Es posible que el terapeuta use un forro protector especial entre la máquina y ciertas par-

¿Qué es radioterapia hiperfraccionada?

La radiación se administra normalmente una vez al día, en una dosis basada en el tipo de tumor y el lugar del cuerpo en que se encuentra. En la radioterapia hiperfraccionada, la dosis diaria se divide en dosis más pequeñas que se administran más de una vez al día. Los médicos están estudiando la terapia hiperfraccionada para ver si es tan efectiva para combatir el cáncer y reducir los efectos secundarios, como la terapia que se da una vez al día.

¿Qué es radiación intraoperativa?

La radiación intraoperativa combina la cirugía y la radioterapia. El cirujano extrae la mayor parte del tumor y aplica una dosis alta de radiación directamente en el lugar donde estaba el tumor y sus alrededores, donde las células cancerosas pueden haberse esparcido. En algunos hospitales hay una sala de operaciones en el departamento de radioterapia; en otros, llevan al paciente al de-

partamento de radioterapia para el tratamiento y luego regresan a la sala de operaciones donde el cirujano termina la operación. Algunas veces se usan dosis muy altas de radiación intraoperativa, además de radioterapia externa, para darle a las células cancerosas mayor cantidad de radiación de la que reciben con la radioterapia externa solamente.

¿Cuáles son los efectos del tratamiento?

La radioterapia externa no hace que su cuerpo se convierta en un agente radioactivo. Usted no tiene que dejar de estar con otras personas durante su tratamiento. Puede abrazar, besar o tener relaciones sexuales, sin el riesgo de exponer a otras personas a la radiación.

Los efectos secundarios de la radioterapia están mayormente relacionados al área de tratamiento. Su médico y enfermera le indicarán cuáles son los efectos o reacciones que debe esperar y cómo sobrellevarlos. Debe comunicarse con su médico o enfermera si tiene algún síntoma raro durante el trata-

miento, como tos, sudores, fiebre o dolores fuera de lo común. La mayoría de los efectos que ocurren durante la radioterapia, aunque desagradables, no son graves y se pueden controlar con medicamentos o dieta. Normalmente estos efectos desaparecen a las pocas semanas de haber terminado el tratamiento. Sin embargo, algunos efectos secundarios pueden durar más tiempo. Muchos pacientes no tienen ningún efecto secundario como resultado del tratamiento. En la sección titulada "Control de efectos secundarios", le damos recomendaciones para sobrellevar los efectos secundarios que puedan ocurrir durante y después de su terapia.

Durante el tratamiento, su oncólogo de radiación revisará los efectos del tratamiento. Usted tal vez no note los cambios en su cáncer, pero podrá notar menos dolor, sangrado u otras incomodidades que haya tenido. Para ver si el tumor se está reduciendo, en algunos tipos de cáncer el médico quizás ordene un examen de rayos-x o tomografía ("computerized tomography--CT") una

de rayos-x que proporciona radiografías muy precisas. Los tumores grandes y más densos alrededor del tejido normal se pueden ver con rayos-x comunes. Su médico probablemente recomendará algunos exámenes para asegurarse que la radiación esté causando el menor daño posible a las células normales. Se deben hacer exámenes de sangre rutinariamente para revisar los niveles de las células blancas y las plaquetas de la sangre, los cuales probablemente estén más bajos de lo normal durante el tratamiento.

¿Qué puedo hacer para cuidarme durante la terapia?

El cuerpo de cada paciente reacciona de manera diferente a la radioterapia. Por esa razón el médico debe planificar, y a veces modificar, los tratamientos para cada paciente. Además, su médico o enfermera le dará instrucciones de cómo cuidarse en casa. Estas instrucciones serán específicas para su tratamiento y los efectos secundarios que

La mayoría de los pacientes que reciben radioterapia necesitan cuidarse para así proteger su salud y ayudar a que el tratamiento sea exitoso. Estos son algunos de los puntos que debe recordar:

- ▶ *Asegúrese de descansar lo suficiente. Duerma tan frecuentemente como sea necesario. Su cuerpo usará mucha más energía durante el tratamiento y puede sentirse más cansado.*
- ▶ *La buena alimentación es indispensable. Trate de tener una alimentación balanceada para evitar bajar de peso. La sección titulada "El control de los efectos secundarios" ofrece recomendaciones prácticas para pacientes que tienen problemas de apetito o problemas en la planificación de su alimentación.*
- ▶ *Evite usar ropa apretada, como fajas o cuellos apretados, sobre el área bajo tratamiento. Es mejor usar ropa vieja que sea cómoda y que pueda lavar y desechar si se mancha de tinta.*
- ▶ *Sea extremadamente cuidadoso con la piel en el área bajo tratamiento.*
- ◆ Use ropa suelta de algodón sobre estas áreas.
- ◆ No almidone su ropa.
- ◆ No frote ni restriegue la piel del área bajo tratamiento.
- ◆ No use jabones, lociones, desodorantes, medicinas, perfumes, cosméticos, talco o cualquier otra sustancia en el área bajo tratamiento, sin antes consultar con su médico.
- ◆ No use cinta adhesiva en la piel tratada. Si necesita vendajes, use cinta de papel. Trate de colocar la cinta fuera del área bajo tratamiento.
- ◆ No aplique calor ni frío (bolsa caliente o bolsa de hielo, etc.) al área bajo tratamiento. Solo use agua tibia para lavar el área, ya que el

- agua caliente puede lastimarle la piel.
- ◆ Use afeitadora electrica si necesita afeitarse el area tratada, pero no sin antes consultar con su medico o enfermera. No use lociones para antes de afeitarse, ni cremas depiladoras.
 - ◆ Proteja el area bajo tratamiento de los rayos del sol. Si es posible, cubra la piel bajo tratamiento con ropa liviana o con un sombrero. Pregunte a su medico si debe usar una loción que contenga protección contra el sol. Use un protector conocido como PABA con factor de protección 15 o un bloqueador solar, aún despues de que su piel haya sanado despues de terminar la radioterapia. Continúe protegiendo su piel del sol por lo menos 1 año despues de la radioterapia.
- ▶ *Dígale a su médico siesta' tomando o necesita tomar medicinas antes de comenzar el tuatamiento, aunque sólo sea una aspirina.*
 - ▶ *Pregúntele a su médico, enfermera O terapeuta cualquier duda que tenga. Ellos son los únicos que pueden aconsejarle sobre su tratamiento, los efectos secundarios, cuidado en la casa y cualquier otra preocupación médica que pueda tener.*